



GÖTEBORGS UNIVERSITET
Utbildnings- och forskningsnämnden för lärarutbildning

Hoppa, dansa, gör vad du vill

- en studie om skolans delaktighet i elevers fysiska aktivitet

Robert Andersson, Dan Emilsson och Mattias Hellstedt

LAU350

Handledare: Owe Stråhlman

Rapportnummer: HT06-2611-044



Abstract

Level of examination: C-level essay, LAU350 Examination paper, 10 credits

Title: Jump around, dance, as long as you move – a study on schools participation in students physical activities

Authors: Robert Andersson, Dan Emilsson and Mattias Hellstedt

Semester and year: HT-06

Faculty: IPD Idrottshögskolan

Tutor: Owe Stråhlman

Reportnumber: HT06-2611-044

Keywords: school, physical activity, sports, teacher, children

Lately we have been drowning in reports on youth's lack of physical activity and what consequences it may have. As future teachers in physical education we believe that we have a great responsibility ahead of us working with these questions together with our future students.

The purpose with this essay was therefore to try to find tools and strategies to help youths to be more active, both in school and on their free time. We also wanted to look in to how schools in Gothenburg work with these important questions. We tried to achieve this purpose by interviewing a number of headmasters to find out how their schools work with this. In our essay we also have listed a number of already existing projects in this field. Our result shows that the schools were surprisingly active and these kinds of questions have a high priority, and in addition to the schools own projects there are a whole lot of other projects on both local and national level for schools to participate in.

The relevance for us as future teachers is in our minds obvious, especially for us as physical education teachers. We tried to get inspiration and ideas on how to work with these questions and also get insight in the real world. To get children to be more active and aware on the importance of these questions might be our most important task as future teachers. We have also come up with some ideas on our own on how to get students more active, both in school and on their own free time.

Innehållsförteckning

1. INLEDNING	5
1.1. POSITIVA FYSIOLOGISKA EFFEKTER AV FYSISK AKTIVITET.....	5
1.2. SKOLANS UPPTÄG.....	7
1.3. SYFTE OCH FRÅGESTÄLLNINGAR.....	8
2. LITTERATURGENOMGÅNG	9
2.1. BUNKEFLOMODELLEN.....	9
2.2. GAIS-PROJEKTET.....	10
2.3. HANDSLAGET.....	10
2.4. JA VI LEDER.....	11
2.5. SKOLBARNS HÄLSOVANOR.....	12
2.6. FRITIDSVANEUNDERSÖKNINGEN I GÖTEBORG.....	13
2.7. SVENSKA BARN ÄR MER AKTIVA ÄN BARN FRÅN USA OCH AUSTRALIEN.....	13
2.8. IDROTTSRÖRELSENS TILLKOMST OCH UTVECKLING.....	14
3. TEORETISK UTGÅNGSPUNKT	15
3.1. SOCIALISATION.....	15
3.1.1. Sociologiska teorier.....	15
3.1.2. Socialisation och involvering i idrott.....	16
4. METOD	17
4.1. VAL AV METOD.....	17
4.2. URVAL.....	17
4.3. INTERVJUUNDERLAGET.....	18
4.3.1. Frågorna.....	18
4.3.2. Pilotundersökning.....	18
4.4. INTERVJUTILLFÄLLET.....	18
4.5. BEARBETNING AV INTERVJUERNA.....	19
4.6. ETISKA ÖVERVÄGANDEN.....	19
4.6.1. Informationskravet.....	19
4.6.2. Samtyckeskravet.....	20
4.6.3. Konfidentialitetskravet.....	20
4.6.4. Nyttjandekravet.....	20
4.7. GENERALISERBARHET.....	20
4.8. VALIDITET.....	20
4.9. RELIABILITET.....	21
5. RESULTAT	22
5.1. SKOLA A.....	22
5.2. SKOLA B.....	22
5.3. SKOLA C.....	23
5.4. SKOLA D.....	24
6. DISKUSSION	25
6.1. BUNKEFLOMETODEN, GAIS-PROJEKTET, HANDSLAGET OCH JA VI LEDER.....	25
6.2. SKOLORNA.....	26
6.3. SOCIALISATION OCH IDROTT.....	27
6.4. METODKRITIK.....	28
7. SLUTSATS	29
8. ÖVRIGA TANKAR OCH IDEÉR	30
8.1. FÖRSLAG TILL FORTSATT FORSKNING.....	30
8.2. BJUDA IN EXPERTER.....	30
REFERENSER	32
TRYCKTA KÄLLOR.....	32
INTERNETKÄLLOR.....	33

ARTIKLAR	34
BILAGOR.....	35
BEGREPPSFÖRKLARINGAR (BILAGA 1).....	35
JA VI LEDER (BILAGA 2).....	37
BREV TILL SKOLLEDARE (BILAGA 3).....	38

Förord

”Fysisk aktivitet definieras som ”all typ av kropps rörelse utförd av skelettmuskulatur som ökar energiförbrukningen”, det vill säga i princip all den tid som barnet inte sover eller är fullständigt stilla. Den fysiska aktiviteten kan vara spontan, planerad och/eller organiserad. Den spontana fysiska aktiviteten kan utgöras av lek eller förflyttning.”¹

Anledningen till att vi valt detta ämne är att vi under vår VFU-tid observerat det faktum att många elever inte är tillräckligt fysiskt aktiva, varken på idrotten eller på sin fritid. Det kommer hela tiden larmrapporter om barns försämrade hälsa och ökande övervikt och detta är något som vi tycker att vi märker av i skolan. Vi har en teori att anledningen till att elever är fysiskt inaktiva är att de inte känner till vilket utbud av idrotter som finns. Vi anser att det ingår i vår yrkesprofession och att det därmed är vårt ansvar att uppmärksamma och arbeta för att motverka denna inaktivitet. De positiva effekterna av fysisk aktivitet är väl kända.

Elever tillbringar en stor del av sin vakna tid i skolan och skolan har ett ansvar att göra elever till goda samhällsmedborgare, och att ge elever en bra hälsa anser vi vara ett steg i rätt riktning. Vi tror att elever behöver hjälp med att söka upp nya och spännande idrotter, det är kanske inte alltid att de lägger ner tid på att aktivt uppsöka dessa, det finns faktiskt fler sporter och aktiviteter än man tror. Vi anser att om man en gång har insett vikten av att röra sig, att det är roligt och känt en rörelseglädje så kommer man att fortsätta att vara fysiskt aktivt i resten av sitt liv.

Dessa mål och avsikter menar vi att vi kan uppnå genom att ha ett nära samarbete med idrottsrörelsen och bjuda in idrottsföreningar till skolan så att de kan visa upp och introducera sin aktivitet. Skillnaden mellan vår idé och Handslaget är att vi vill bjuda in flera föreningar och organisationer. Vi vill även titta på möjligheten att besöka föreningar på skoltid.

Vad det gäller samarbetet och arbetsgången under skrivprocessen har detta fungerat mycket bra. Alla tre författarna har varit närvarande vid samtliga tillfällen och en jämn arbetsfördelning har rått. Vi upplever att alla har kommit till sin rätt i skrivande och informationssamling och vi har anpassat uppgifterna efter våra egna specialiteter och intressen.

Vi vill passa på att tacka alla som hjälpt oss under arbetets gång, de deltagande skollära, Bo-Lennart Ekström och vår handledare Owe Stråhlman för tips och råd. Vi vill dessutom rikta ett extra stort tack till våra flickvänner för markservice och stöd.

¹ Statens folkhälsoinstitut (2003). *FYSS*. Sandvikens tryckeri, Sandviken, sid.103

1. Inledning

Barn och ungdomar tillbringar en stor del av sin tid i skolan, vad de gör i skolan har stor inverkan på deras fritid. Därför har personal i skolan även ansvar för elevernas fritid. Detta ansvar vilar särskilt tungt på idrottslärare, det är i mångt och mycket upp till dem att väcka ett livslångt intresse för fysisk aktivitet hos eleverna.

Fysisk aktivitet är viktigt för människan av flera orsaker, nedan följer en redovisning av de viktigaste positiva effekterna. Redan 1979 skrev Patriksson om en av idrottsundervisningens viktigaste uppgifter, ett livslångt lärande.

Från skolans synvinkel är det också av intresse att se i vilken utsträckning eleverna idrottar på sin fritid, då en av de viktigaste målsättningarna för gymnastikundervisningen är att stimulera elever till idrottslig verksamhet på sin fritid och efter avslutad skolgång.²

När vi pratar om fysisk aktivitet menas all kroppsrörelse som är en följd av skelettmuskulaturens sammandragningar och som resulterar i ökad energiförbrukning. Begreppet fysisk aktivitet innefattar därför både kroppsrörelse under arbetstid, fritid och alla olika former av kroppsovningar, gymnastik, motion och friluftsliv.³

När vi idag talar om idrott skiljer detta sig ganska markant från vad man ansåg att idrott innebar förr i tiden. Tittar vi i två uppslagsverk som publicerats med 85 års mellanrum kan vi läsa vitt skilda beskrivningar på vad idrott är. 1910 förklarades idrott som ”färdighet idkad i syfte att uppöfva och utveckla fysisk eller andlig förmåga hos människan”⁴ medan den 1995 beskrevs som ”fysisk aktivitet som vi utför för att kunna prestera mera, ha roligt, och må bra”.⁵ En inom idrottsrörelsen idag fastlagd definition är ”fysisk aktivitet som människor utför för att få motion och rekreation eller uppnå tävlingsresultat”.⁶

1.1. Positiva fysiologiska effekter av fysisk aktivitet

I följande kapitel kan det förekomma begrepp som kan vara svåra att förstå om man inte är insatt i fysiologisk terminologi, förklaringar till dessa finns i bilaga 1 – begreppsförklaringar. All information som redovisas i detta avsnitt är taget från FYSS (Fysisk aktivitet i Sjukdomsprevention och Sjukdomsbehandling) kap 1. *Allmänna effekter av fysisk aktivitet*, sid. 9ff. Texten kan förefalla vara väldigt fackmässigt skriven men vi har gjort vårt bästa för att så mycket som möjligt använda vårt eget språk och våra egna ord.

Alla våra vävnader och vår arvs massa ser i stort likadana ut som de gjorde hos våra förfäder för tiotusentals år sedan. Vår kropp är byggd för rörelse och fysisk aktivitet, det är otroligt viktigt för utvecklingen av kroppen och för att kroppen skall fungera optimalt. De flesta organ och vävnader påverkas av fysisk aktivitet och anpassar sig till regelbunden träning. Regelbunden fysisk aktivitet kan sägas minska risken för att dö i förtid och ge ett längre och friskare liv. Fysisk aktivitet kan utföras med olika nivå och med olika intensitet. Ju högre intensitet, desto större blir den direkta positiva påverkan på kroppen. Mängden syre man

² Patriksson, Göran (1979). *Socialisation och involvering i idrott*. Universitatis Gothoburgensis, Göteborg, sid.3

³ Statens beredning för medicinsk utvärdering (2006). *Metoder för att främja fysisk aktivitet*. Rapp.nr: 181

⁴ Nordisk familjebok (1910), <http://runeberg.org/nfbl/0213.html>, 2006-12-15

⁵ Riksidrottsförbundet (1995). *Idrotten vill*, http://www.rf.se/arkiv/idrotten%20vill_1995.pdf, sid.6, 2007-12-14

⁶ Nationalencyklopedin (2006). <http://www.ne.se>, sökord "idrott"

förbrukar är direkt kopplat till kaloriåtgången, alltså hur mycket energi kroppen förbrukar. Syreupptagningsförmågan stiger från en kvarts liter per minut i vila till lite mer än 1 liter per minut vid en lugn promenad. Vid maximalt arbete, när man till exempel springer så fort man kan, ökar den till mellan 2,5 och 7 liter per minut, det vill säga upp till 10–25 gånger så mycket som i vila. Storleken på den maximala syreupptagningsförmågan, hur mycket syre kroppen kan ta in och använda sig av, beror av träningsgrad, gener, ålder, kroppsstorlek med mera.

Vid fysisk aktivitet höjs pulsen och hjärtats minutvolym ökar. Andningen flerfaldigas, blodtrycket ökar något, kroppstemperaturen stiger, hjärtats och musklernas genomblödning ökar, det bildas mer mjölksyra och frisättningen av hormoner som adrenalin, tillväxthormon och kortisol ökar.

Det finns ett flertal faktorer som kan begränsa prestationsförmågan. Vid helkroppsarbete, långdskidåkning till exempel, brukar man säga att hjärtat och dess funktion är begränsningen för den maximala syreupptagningsförmågan. När det gäller uthållighet sitter begränsningen mer i själva muskulaturen, i dess kolhydratlager och mitokondrieinnehåll. Detta brukar i engelskspråkig litteratur kallas *metabolic fitness*, man brukar också innefatta förekomst av vissa transportmolekyler, buffertkapacitet, kärltäthet i det begreppet.

Om och hur mycket en person förbättras om den fysiska aktivitetsgraden ökar beror på ett flertal olika faktorer. En viktig faktor är träningsgraden när träningsperioden inleds. De som är inaktiva och otränade förbättras relativt sett mer än den som är vältränad eftersom de börjar på en lägre nivå. Tränings effekterna är specifika för de organ och vävnader som tränas och belastas, till exempel får en cyklist starka ben, en roddare stark bål och armar och en löpare ökad lungkapacitet. Endast de muskler som används anpassar sig och endast de skelettdelar som belastas blir starka. Träningsperiodens längd spelar också stor roll. Även om en del tränings effekter kan ses redan efter en förvånansvärt kort tid, någon till några veckor, blir effekterna avsevärt större om träningen fortgår många månader till år. Naturligtvis ”planar” tränings effekten ut allteftersom och så småningom krävs en hel del träning enbart för att behålla samma konditionsnivå. Därför är det viktigt att belasta hela kroppen under lång tid. Detta fenomen kallas för adaptation och gör att man måste springa fortare och fortare och längre och längre för att bli lika trött efter varje träningspass till exempel.

Tre andra viktiga faktorer är träningspassens frekvens (hur ofta utförs träningen?), duration (hur länge pågår ett pass?) och intensitet (hur hårt/intensivt är passet?). Dessa tre faktorer tillsammans kallas för ”träningsdosen”. Ju högre träningsdos, desto högre effekt har träningen. Det bör dock påpekas att även lägre doser har effekt, självklart då i lägre utsträckning. För att fysisk aktivitet ska ha maximala prestations- och hälsoeffekter måste den ske ofta och regelbundet. Den effekt som ett arbetspass har kan påverka kroppen under flera dygn, sedan klingar effekten av, därför rekommenderas daglig fysisk aktivitet.

Ju längre aktiviteten pågår, desto större effekt har den i regel. I många fall går det dock att dela upp det dagliga aktivitetspasset i flera separata 10–15-minutersperioder, bara den sammanlagda tiden blir tillräcklig. En vanlig rekommendation vad gäller tidsomfattningen är 30 minuters fysisk aktivitet per dag. Denna rekommendation riktar sig mest mot vuxna och rekommendationen för barn och ungdomar är istället 60 minuters fysisk aktivitet per dag.⁷ Ju hårdare ett träningspass är, desto större blir vanligen dess prestations- och hälsomässiga

⁷ Livsmedelsverket (2005), *Svenska näringsrekommendationer Fjärde upplagan*, sid.13

effekter, även om alltför intensiv träning kan leda till försämrade effekter. Man skall dock inte glömma att även träning med lägre intensitet har positiva hälsoeffekter.

Andra faktorer som påverkar effekten man får av träningen är träningens innehåll. Träningen kan exempelvis ske med relativt konstant eller med varierande intensitet (intervallträning) och med olika storlek på den muskelmassa som arbetar (arm-, bål- och benmuskulatur jämfört med exempelvis enbart benmuskler). Arvsmassan, alltså våra gener, tycks även spela en relativt stor roll för hur stort träningssvaret blir, variationen i vår arvsmassa kan kanske förklara så mycket som en tredjedel av variationen människor emellan. Ålder kan också ha betydelse, dock tycks det inte som om äldre skulle ha en generellt sett sämre förmåga att öka sin prestation relativt sett, det är alltså aldrig för sent att börja träna. Även kostens sammansättning kan spela en roll och bristfällig kost försämrar svaret på träning.

Effekterna av akut arbete beror på en rad faktorer och skiljer sig mellan olika vävnader. Tiden för anpassning till träning varierar från funktion till funktion, vissa processer startar omedelbart i samband med första träningspasset, andra tar veckor till månader innan de är märkbara. Vid kortvarigt arbete beror den maximala arbetsförmågan till största del på den *maximala syreupptagningsförmågan*. Denna kan förbättras med 20–50 procent på 2–6 månader om träningen bedrivs med tillräcklig intensitet. Det föreligger dock en mycket stor intraindividuell variabilitet i svaret på träning. Man brukar säga att kondition och styrka märks relativt fort medan viktnedgång till exempel först märks efter flera veckor.

Även rörelseekonomin kan förbättras med träning. Man förbrukar alltså mindre energi för samma mängd utfört arbete, detta kallas för att verkningsgraden förbättras. Detta kan vara mycket märkbart för många aktiviteter, för andra, till exempel cykling, är verkningsgraden i stort sett identisk för alla individer. Den upplevda ansträngningen på en given belastning, angiven på exempelvis den så kallade Borg-skalan eller som hjärtfrekvens, minskar påtagligt med träning. Det upplevs alltså som mindre jobbigt att gå uppför en trappa eller springa en kilometer efter att man har gjort det flera gånger jämfört med första gången. Återhämtningen efter arbete förbättras, går fortare, exempelvis sjunker pulsen betydligt snabbare.⁸

1.2. Skolans uppdrag

Den senaste läroplanen för obligatoriska skolan (Lpo 94) trädde i kraft 1994.⁹ Den är gemensam för grundskolan, sameskolan, obligatoriska särskolan, specialsolan och anpassades 1998 till att omfatta även förskoleklassen och fritidshemmet. Läroplanen anger skolans värdegrund och grundläggande mål och riktlinjer. Förutom detta finns för varje enskilt ämne en nationellt fastställd kursplan.

Skolans uppdrag är att främja lärande där individen stimuleras att inhämta kunskaper. [...] Skapande arbete och lek är väsentliga delar i det aktiva lärandet. Skolan skall sträva efter att erbjuda alla elever daglig fysisk aktivitet inom ramen för hela skoldagen.¹⁰

Varje kommun ska fastställa en skolplan som visar hur kommunens skolor ska organiseras och utvecklas. Läroplanen, skolplanen och kursplanerna ger sedan utrymme för den enskilda

⁸ Statens folkhälsoinstitut (2003), *FYSS*, sid.9ff

⁹ Skolverket (2006) Läroplan för det obligatoriska skolväsendet, förskoleklassen och fritidshemmet Lpo 94, <http://www.skolverket.se/sb/d/468,2006-11-04>

¹⁰ Skolverket (2006), *Lpo 94*, sid.5

skolans rektor, lärare och elever att anpassa innehåll, organisation och arbetssätt till lokala förhållanden. Planeringen av detta fastställs i skolans arbetsplan.¹¹

Tittar man på den fastställda timplanen går det att läsa att den minsta garanterade tid som eleverna har rätt till att få i ämnet Idrott och hälsa är 500 klocktimmar under hela grundskoletiden. Detta kan jämföras med ämnet svenska som har 1490 klocktimmar och matematik som har 900 klocktimmar.¹²

Redan i portalparagrafen för LPO 94 där skolans värdegrund och uppdrag behandlas står det i stycket som handlar om förståelse och medmänsklighet att ”omsorg om den enskildes välbefinnande och utveckling skall prägla verksamheten”.¹³ Fortsätter man att läsa kan man under mål att uppnå i grundskolan läsa att:

Skolan ansvarar för att varje elev efter genomgången grundskola har grundläggande kunskaper om förutsättningarna för en god hälsa samt har förståelse för den egna livsstilens betydelse för hälsan och miljön.¹⁴

Längre fram i LPO 94 då särskolans mål att uppnå behandlas står det ”Skolan ansvarar för att varje elev som lämnar grundsärskolan känner till grunderna för en god hälsa”.¹⁵

1.3. Syfte och frågeställningar

Studiens huvudsyfte är att:

- Sträva efter att formulera relevanta verktyg och strategier i avsikten att få ungdomar att bli mer fysiskt aktiva på sin fritid genom ett samarbete mellan skola och idrottsrörelsen.
- Undersöka i vilken omfattning det förekommer samarbete mellan skola och föreningsliv.

I studiens syfte är det framför allt tre frågeställningar som belyses:

- Vilka åtgärder vidtar skolan för att främja en fysiskt aktiv fritid hos sina elever?
- Vilka möjligheter och begränsningar synliggörs i ett aktivt hälsoarbete mellan skola och föreningsliv?
- Vilka befintliga former av samarbete förekommer i dag och hur skiljer sig dessa från skolans vision och målsättning?

¹¹ Skolverket, *Läroplan, kursplaner och timplan*, 2006

¹² Ibid

¹³ Skolverket (2006), *Lpo 94*, sid.3

¹⁴ Ibid, sid.10

¹⁵ Ibid, sid.11

2. Litteraturgenomgång

2.1. Bunkeflomodellen

Bunkefloprojektet är ett forskningsprojekt som startade 1999. Projektet har idag högsta ackreditering politiskt, idrottsligt och forskningsmässigt och det är ett känt och efterfrågat välfärdsprojekt i hela landet. Bunkeflomodellen är något som växt fram ur Bunkefloprojektet och utvecklats till en applicerbar modell för skolor och företag.

Projektet startades på Ängslättsslolan i Bunkeflostrand utanför Malmö och är ett samarbetsprojekt mellan skola, föräldrar, idrottsföreningar samt forskning med inriktning på hälsa och fysisk aktivitet vid Universitetssjukhuset i Malmö (MAS) och Malmö Högskola. När projektet introducerades hade man en timmes daglig fysisk aktivitet på schemat. Detta var man först i landet med. I början omfattades endast skolår ett och två, men sedan 2002 är hela skolan involverad.

En av anledningarna till att projektet startade var den kraftiga ökningen av frakturer på grund av benskörhet och en inaktiv livsstil. Projektgruppen tyckte att många barn ofta satt still, tittade på tv, spelade tv-spel och spenderade lång tid framför datorn. Denna trend ville projektet försöka att ändra på.

Syftet med projektet är att främja barnens hälsa och levnadssätt för en bättre livsstil. Aktiviteterna varierar mycket och det kan vara allt från spontan lek till promenader. De centrala byggstenarna i projektet är att barnen ska uppleva rörelseglädje och känna att rörelse är något positivt.¹⁶

Ortopediska kliniken på Universitetssjukhuset i Malmö studerar om barnens benmassa påverkas positivt av den fysiska aktiviteten. Forskningsresultaten visar att pojkar och flickor som har daglig skolidrott får ett starkare skelett och antagligen löper mindre risk att drabbas av framtida frakturer. Flickorna och pojkarna som tränar får inte enbart ett starkare skelett, alltså en ökning av bentätheten, de får också en ökad benmassa. När det gäller flickorna får de främst större och starkare skelett i höftparti och ländrygg.¹⁷

Ingegerd Ericsson från Malmö Högskola har genomfört en studie med bunkefloprojektet som grund om den fysiska aktivitetens betydelse för motorikens utveckling, koncentrationsförmåga och skolprestation. Hon påvisar en tydlig korrelation mellan ökad fysisk aktivitet, motorisk utveckling och koncentrationsförmåga. Bunkefloprojektet visade sig även ha positiva effekter på prestationen i svenska och matematik, särskilt när det gällde skriv- och läsförmåga, taluppfattning, tankefärdigheter och rumsuppfattning. Redan efter ett års medverkan i Bunkefloprojektet visade interventionsgruppen en förhöjd grovmotorisk förmåga jämfört med eleverna i referensgruppen. Hon anser att barn med koncentrationssvårigheter och andra svårigheter till följd av motoriska brister borde få extra motorisk träning i skolan för att åtgärda dem. Upptäcker man dessa brister hos barn i ett tidigt stadium och sätter in åtgärder underlättar man för barnens fortsatta utveckling.¹⁸

¹⁶ Bunkeflomodellen, <http://www.bunkeflomodellen.com>, 2006-11-06

¹⁷ Lindén, C. Gärdsell, P. & Karlsson, M. (2004). *Bunkefloprojektet ökar skelettets hållfasthet hos flickor*, Ortopediska Kliniken, UMAS, Malmö, <http://bunkeflomodellen.com/upload/pdf/forskningsres.pdf>, 2006-12-12

¹⁸ Ericsson Ingegerd (2003), *Motorik, koncentrationsförmåga och skolprestationer: en interventionsstudie i skolår 1-3*, Malmö: Lärarytbildningen, Malmö högskola

2.2. GAIS-projektet

Det hela startade genom att Örgryte stadsdel tog kontakt med Göteborgs atlet och idrottssällskap (GAIS), som erbjöd sig att starta ett pilotprojekt i skolår 3-6 i stadsdelens samtliga skolor läsåret 2002/2003. Klasserna har i dagsläget lek 2 x 60 min varje vecka. Utvärderingen av pilotprojektet visar att elever, lärare och föräldrar är mycket nöjda med att "ha GAIS" som eleverna kallar det.

Föräldrar och skolpersonal anser att de ser förbättringar i humör och koncentrationsförmåga hos barnen. En av grundtankarna till projektet är att elitidrotten bör ta ett större ansvar i hälsoarbetet. Inom idrottsrörelsen finns ofta kompetensen inom den egna föreningen och föreningen kan då använda sin kunskap för att lära andra rörelseglädje och hälsa. "Stjärnorna måste visa vägen".¹⁹ Eleverna på skolorna tycker själva att det är väldigt kul när fotbollsspelarna kommer till skolan.

När en skola tar in GAIS så kostar det skolan 300 kronor per lektionstillfälle, vilket skiljer sig mot t.ex. handslaget där skolan slipper stå för några kostnader. Trots att GAIS är en fotbollsförening så bygger inte projektet på fotboll och fotbollsträning, utan avsikten är att eleverna ska röra på sig. GAIS har en vision om hur klubben ska arbeta och i denna vision finner vi följande nyckelord: GAIS skall vara positiva föredömen för ungdomar, skall ta aktivt ansvar för de ungas utbildning och fostran och skall ta aktiv ställning mot droger och våld²⁰.

2.3. Handslaget ²¹

Handslaget är ett projekt där riksidrottsförbundet (RF) under en fyraårsperiod blev tilldelade en miljard kronor för att satsa på idrottens barn- och ungdomsverksamhet. Detta projekt heter "Ett handslag med idrotten" men benämns i dagligt tal bara som Handslaget.

Handslaget är indelat i 4 år och tilldelas resurser enligt följande:

År 1: 1 januari-30 november 2004 - 100 miljoner kronor

År 2: 1 augusti 2004-30 juni 2005 - 200 miljoner kronor

År 3: 1 juli 2005-30 juni 2006 - 300 miljoner kronor

År 4: 1 juli 2006-30 juni 2007 - 400 miljoner kronor

Dessa pengar skall särskilt användas för att öppna dörrarna för fler, hålla nere avgifterna, satsa mer på flickors idrottande, delta i kampen mot droger och intensifiera samarbetet med skolorna. Åtgärder skall bland annat vidtas för att erbjuda barn och ungdomar, som idag inte deltar i idrottsverksamhet, lustfyllda och hälsofrämjande aktiviteter. Vidare skall förutsättningar skapas för att flickor skall kunna utöva idrott på det sätt de själva önskar. Idrottsföreningar skall uppmuntras att i nära samarbete med skolorna utveckla metoder som lockar alla elever till fysisk aktivitet i olika former. Inom ramen för Handslaget genomförs särskilda satsningar inom tre områden: speciella insatser, tillgänglighet/anläggningsstöd och ledarförsörjning.

¹⁹ GAIS-projektet, <http://www.gais.se/Fotboll/gais.nsf/0/ae929e27c8124a88c1256f72003f7ab9>, 2006-11-17

²⁰ Ibid

²¹ Riksidrottsförbundet (2006), Om Handslaget, <http://www.rf.se/t3.asp?p=77127>, 2006-11-20

Västsvenska idrottsförbundet har satt upp några särskilda mål för år 4:

- Genomföra 170 handslag, en ökning med 30 procent från år 3
- Lekfull, allsidig rörelseglädje där barnen känner att de lyckas
- Prioritera målgruppen 6-20 år
- Prioritera handslag där flera föreningar samverkar eller där det erbjuds många *olika* typer av aktiviteter av en förening
- Utveckla den fysiska aktiviteten där samarbete redan finns
- Nå 11 000 barn och ungdomar
- Prioritera aktiviteter inom den sammanhållna skoldagen
- Arbeta så lokalt som möjligt med information, beslut och processer
- Att alla handslagsföreningar deltar med minst två ledare på den utbildningsdag i fysisk aktivitet som arrangeras.²²

2.4. Ja vi leder

”Ja vi leder” är en ledar- och demokratiutbildning för ungdomar. Projektet startades 2005 av Idrott och Föreningsförvaltningen i Göteborg som tillsammans med stadsdelarna skall driva det. Västsvenska Idrottsförbundet, Centrum för skolutveckling och Kulturföreningen Kontaktnätet är ytterligare aktörer i projektet. Projektet startade med att ett politiskt beslut togs på grund av att det saknades ideella ledare och att man i FRIVAN,²³ som presenteras i kapitel 2.6, sett att ungdomar vill leda.

Hösten 2003 började Göteborgs stad Idrott & förening och Västsvenska Idrottsförbundet sina förberedelser tillsammans med Kulturföreningen Kontaktnätet. Det första som gjordes var att organisera ett så kallat rådslag för att få idéer om hur en tänkt utbildning i ledarskap skulle se ut. Resultatet av ”brainstormingen” blev en idébank som man utgick ifrån när man ett år senare lät Gamlestadsskolan bli pilotskola för utbildningen. Inläring via upplevelser dominerar exempelvis under den del av kursen som går under namnet utbildning på annan ort (UPA). Utbildningen ger ökad möjlighet att utveckla elevdemokratin i skolan och ger ungdomar redskap att växa, mogna och ta för sig. Konkreta exempel på det är att just elever som gått kursen är engagerade som kamratstödjare, aktiva i elevrådet, skolidrottsföreningen, det lokala ungdomsrådet, ungdomsfullmäktige och fritidsgårdens arbete.

Målet med ”Ja vi leder” är att stimulera ungdomars intresse att stimulera fler ungdomar att engagera sig i föreningslivet och bli ledare, detta skall då underlätta föreningarnas ledarförsörjning.

Projektet startade i full skala vårterminen 2005, ett pilotprojekt hade då redan genomförts på Gamlestadsskolan höstterminen 2004. Projektet vänder sig till högstadiet, i första hand elever i årskurs 8 men även sjuor och nior är välkomna att delta. Ett kort informationsblad finns för kännedom som bilaga 2 (kapitel 0).

”Ja vi leder” drivs av Göteborgs stad Idrott & förening och stadsdelsförvaltningarna i Göteborg. Dessa två aktörer har ett stort samarbete med Västsvenska Idrottsförbundet och

²² Västsvenska Idrottsförbundet, Mål för Handslaget 2006, <http://www.vsif.o.se/t3.asp?p=86647>, 2006-11-20

²³ Fritidsvaneundersökningen, Göteborgs Stad Idrott & Förening, (FRIVAN), <http://www.frivan.goteborg.se>, 2006-11-09

Center för skolutveckling. Inriktningen skall vara på upplevelsebaserad inlärning med fokus på tillämpning. Utbildningen skall innehålla fem delar, dessa är: föreningskunskap, grundläggande ledarskap, kommunikation/teamutveckling, arrangemang och praktik och slutligen glädje. I utbildningen skall det finnas en röd tråd som ska få eleverna att reflektera över och få ökad medvetenhet om följande: demokrati/inflytande, självkänsla/självbild, etik och moral och värderingar.

Representanter för ”Ja vi leder” beskriver i projektbeskrivningen något man kallar ”Känsla +”, detta uppstår när ”vi lyckas skapa glädje och mening tillsammans, mervärde för de inblandade – den stora anledningen till att vi engagerar oss som ledare! Begreppet Känsla + växte fram vid Rådslagen och är ett nyckelbegrepp som sammanfattar den värdegrund kursen bygger på”.²⁴

Antalet deltagande skolor har stadigt ökat från starten, 2005 deltog 10 skolor, VT 2006 deltog 13 skolor, innevarande termin hade man 20 deltagande skolor i fjorton av tjugoen stadsdelar. Till och med hösten 2006 har man haft cirka 850 kursdeltagare och man arbetar för närvarande med ett trettiotal föreningar. Kursen omfattar tioveckor och trettiofem timmar och kostar 1000 kronor per timme vilket ger en totalkostnad på 35000 kronor per elev. Projektet är till och med våren 2007 finansierat av Idrott & förening Västsvenska Idrottsförbundet, Center för Skolutveckling och stadsdelsförvaltningarna i Göteborg.

Under fem år kommer eleverna som genomgått utbildningarna på högstadiet och gymnasiet att följas upp för att se om de har uppdrag i någon förening, i skolan eller liknande. Första redovisningen sker i början av 2007.²⁵

2.5. Skolbarns hälsovanor

Forskningsprojektet Skolbarns hälsovanor (Health Behaviour in School-Aged Children) påbörjades i början av 1980-talet. Från början undersöktes bara skolbarns rökvanor, men efterhand har innehållet i undersökningen utökats. Numera görs undersökningen vart fjärde år vilket innebär att undersökningen gjorts sex gånger och den senaste datainsamlingen genomfördes läsåret 2005/06 i ett 40-tal länder. I undersökningen finns det ett kapitel som tar upp ungdomars fysiska aktivitet och stillasittande fritidsvanor.²⁶

Fysisk aktivitet är något som är viktigt ur ett hälsoperspektiv. Det har visat sig ha stor betydelse för såväl den fysiska som den psykiska hälsan. Precis som när det gäller många andra undersökningar gällande levnadsvanor och hälsorelaterade bestämningsfaktorer är konsekvenserna för barn och ungdomar inte lika väl dokumenterade. Det har dock konstaterats att fysisk aktivitet påverkar flera kroppsliga funktioner positivt och att livskvaliteten ökar.

Att vara fysiskt aktiv har i denna studie definierats som att vara aktiv minst 1 timme om dagen minst 5 dagar i veckan. Om denna definition används ser man att ungefär en av fem 11-

²⁴ Göteborgs Stad Idrott & Förening, Ja vi leder, [http://www.ioff.goteborg.se/prod/ioff/dalis2.nsf/vyFilArkiv/Ja_vi_leder_nov_06.pdf/\\$file/Ja_vi_leder_nov_06.pdf](http://www.ioff.goteborg.se/prod/ioff/dalis2.nsf/vyFilArkiv/Ja_vi_leder_nov_06.pdf/$file/Ja_vi_leder_nov_06.pdf), sid.7, 2006-12-18

²⁵ Göteborgs Stad Idrott & Förening mfl, Ja vi leder, 2006

²⁶ Statens folkhälsoinstitut genom Danielson Mia (2006). *Svenska skolbarns hälsovanor 2005/2006 Grundrapport*. Kalmar

åringar tränar minst 1 timme varje dag i veckan. Denna siffra har halverats vid 15 års ålder och det finns inga signifikanta skillnader mellan pojkar och flickor.

Sedan undersökningens början har frågor ställts om hur mycket man tränar utanför skoltid så att man blir andfådd eller svettas. Mellan åren 1985 och 2001 ökade andelen flickor som tränar fyra gånger eller mer varje vecka med ca 10 procent. Bland pojkarna syns en ökning mellan 1985 och 1989, men sedan 1989 har andelen legat på en oförändrad nivå kring 40 procent. År 2001 fram till 2005 finns en tendens till att andelen som tränar minskat något igen. Pojkarna har under åren tränat i högre utsträckning än flickorna i alla åldersgrupper.

I studien ställs även frågor om hur mycket de deltagande barnen och ungdomarna tittar på tv och sitter framför datorn (datorspel undantaget) under vardagarna och helgerna. Såväl tv-tittande som datoranvändning under vardagarna ökar med åldern. Pojkarna sitter mer än flickorna framför datorn, men båda könen tittar lika mycket på tv såväl vardagar som helger. Ca 15 procent av ungdomarna tittar på TV mer än fyra timmar per dag, för datoranvändning är siffran ca 10 procent.

För att sammanfatta studien så kan man säga att 11-åringarna lever mer hälsosamt än 13- och 15-åringarna. De flesta ungdomarna bedömer dock att de är vid god hälsa.²⁷

2.6. Fritidsvaneundersökningen i Göteborg

Fritidsvaneundersökningen i Göteborg (FRIVAN) är den största undersökningen i Sverige av barns och ungdomars fritidsvanor i en och samma kommun.

FRIVAN är en totalundersökning av målgruppen, år 4 till år 9 i grundskolan och årskurs 1-3 i gymnasieskolan, och är genomförd fyra gånger, 1996, 1999, 2002 och 2005. Alla data är sökbara för alla och möjliga att få i urval, t.ex. i ålder, kön, geografiskt område och över tid.

Av pojkarna i grundskolan så är det 38 procent som aldrig utövar någon idrott överhuvudtaget, hos flickorna är siffran 39 procent. 47 procent av pojkarna och 44 procent av flickorna utövar idrott en gång i veckan eller mer. När det gäller medlemskap i idrottsförening är siffrorna 54 procent för pojkar och 51 procent för flickor.²⁸

2.7. Svenska barn är mer aktiva än barn från USA och Australien

I en undersökning som gjordes i Sverige, USA och Australien visade det sig att svenska barn, överlag, var mer fysiskt aktiva än barn i USA och Australien. Totalt deltog 1954 barn och antalet deltagare från respektive land var ungefär lika stort. Data om barnens längd och vikt samlades in och de fick bära en pedometer (stegräknare) under fyra dagar. Det visade sig då att svenska barn var mest aktiva samt att barn från USA var mer överviktiga än både svenska och australiensiska barn.

Naturligtvis fanns det skillnader i hur närmiljön ser ut i de olika länderna. T.ex. var undersökningssmiljön i Sverige en medelstor stad som i stor utsträckning var byggd för att gå och cykla i. Sverige hade även mer idrott på skolschemat än vad de andra länderna i studien hade, Sverige hade i genomsnitt 80 minuter per vecka medan USA hade 60 minuter per vecka

²⁷ Ibid

²⁸ Fritidsvaneundersökningen, FRIVAN, 2006-11-09

och Australien 30 minuter per vecka. Nästan 70 procent av de svenska barnen var dessutom aktiva på fritiden medan siffran i USA endast var 20 procent. Svenska barn är de mest fysiskt aktiva i undersökningen följda av barn från Australien.²⁹

2.8. Idrottsrörelsens tillkomst och utveckling

Den svenska idrottsrörelsen kan härledas tillbaka till år 1900 då den fick sitt genombrott som bred folkrörelse. Den växte under mellankrigstiden ut till en massrörelse tack vare en stor medlemsanslutning på grund av att människor fick mer tid och pengar. Mellan 1910 och 1970 ökade antalet medlemmar från 56 000 till 2 246 264, antalet föreningar ökade från 563 till 22 758 stycken. Idrottsrörelsen passerade i och med detta både frikyrkorörelsen och nykterhetsrörelsen som tidigare var ledande.

Denna utveckling kan förklaras av ett positivt samspel mellan yttre samhällsfaktorer och interna idrottsliga faktorer. Det senare med karaktär av spontan eller medveten produktutveckling inom idrottsrörelsen, idrottsredskap och idrottsplatser blev i och med detta mer tillgängliga för gemene man. Med undantag för specialföreningarna var fotboll, skidåkning och friidrott vanligast. De flesta av föreningarna hade alla dessa sporter representerade. Fotboll och friidrott var länge, och är i viss grad fortfarande, liktydigt med svensk idrott. I början var föreningars val av idrott var beroende av yttre faktorer såsom väder, topografi och geografiskt läge.

Efterkrigstidens ökade resurser för idrotten, främst genom kommunala satsningar på inomhushallar och konstfrusna isbanor, jämnade ut dessa skillnader. På grund av detta var ishockey, bandy och handboll, vid sidan av fotboll, de stora lagspelen vid denna tid. Detta kallas i litteraturen för "bollens gyllene epok".

På senare tid har dessa klassiska svenska bollspel kompletterats med basket, volleyboll, handboll och nu senast innebandy. Även tennis och golf har ett starkt fäste i den svenska idrottsmyllan. Var olika idrotter är starka förklaras utifrån flera faktorer, till exempel ledares positiva inverkan, den ekonomiska tillgängligheten, den sociala identifikationen, traditionerna, tävlingsframgångarna, den massmediala attraktionskraften, motionsvärdet samt nöjesaspekten. Idag är ca 3,3 miljoner människor medlemmar i en idrottsförening och antalet föreningar uppgår till strax över tjugo tusen.³⁰

²⁹ Roetert, E. Paul (2004). *The Lack of Childhood Activity in the United States*, Research Digest Volume 26 Number 2, sid.22-23, April 2004 Strength and Conditioning Journal

³⁰ Blom, K Arne (1995). *Idrottens historia: från antika arenor till modern massrörelse*. Farsta: SISU idrottsböcker

3. Teoretisk utgångspunkt

I följande avsnitt presenterar vi sociokulturella teorier som hjälper oss tolka och förstå resultaten som framkommer i vår empiriska undersökning. Kopplingen mellan dessa sociologiska teorier och de svaren vi fick vid intervjuerna diskuteras i kapitel 7.

3.1. Socialisation

För att kunna förstå och ta till sig följande underkapitel (3.1.2) kommer vi nedan att redogöra för socialisationsbegreppet utifrån några olika författare.

3.1.1. Sociologiska teorier

Socialisation är enligt Giddens:

The process by which children, or other new members of society, learn the way of life of their society is called socialization. Socialization is the primary channel for the transmission of culture over time and generations.³¹

Wernersson skriver följande:

Att uppfostra och anpassa barn och andra nykomlingar till den sociala och fysiska omgivningen, att ge dem kunskaper och färdigheter som möjliggör ”rätt” beteende och ”rätt” motiv för beteendet är en vital funktion i varje socialt system. Detta universella fenomen går under namnet socialisation. Denna term beskriver samtidigt en process utanför individen, individens upplevelser och erfarenheter av processen och den slutprodukt processen leder fram till.³²

Mead³³ menar att jaget har ett socialt ursprung, att ens medvetande om sig själv uppstår genom att man övertar och intar andra människors synpunkt på och plats i tillvaron. Detta benämner Mead som rollövertagande. Genom detta rollövertagande uppstår en förståelse mellan människor, man förstår andra och därigenom lär man sig att förstå sig själv. ”We must be others in order to be ourselves”.³⁴

Vidare menar Mead att leken och spelet utgör viktiga led till självets tillblivelse. I spelet måste deltagaren inta samma attityd som de övriga deltagarna i spelet.

Varje spelares handlingar beror på hans antagande av de övriga spelarnas handlingar. Hur han agerar avgörs således av att han är dels deltagare i spelet men också alla andra deltagare i spelet. Denna mekanism kan återfinnas i alla möten och samspel med andra, mitt *jag* är således helt och fullt skapat genom social interaktion.³⁵

Ett annat viktigt begrepp är integration, ordet kommer från latinets *integer* som kan översättas med oförminskad, oskadd och hel. Integration i sociologiska sammanhang handlar dels om social samvaro som gör individer till delar i en helhet, dels om själva tillståndet i dess helhet.

³¹ Giddens Anthony (2001). *Sociology, 4th edition*. Polity Press with Blackwell Publishers Ltd sid.26

³² Wernersson, Inga (1972). *Socialisation och skola. Några teoretiska utgångspunkter*. Göteborg: pedagogiska institutionen, Göteborgs universitet. sid.1

³³ Østerberg, Dag (1991). *Sociologins nyckelbegrepp och deras ursprung*. Göteborg: Korpen

³⁴ Ibid sid.86

³⁵ Ibid sid.86f

En viss grad av social integration är livsnödvändig för människan som artväsen. Hennes behov, känslor och tankar måste förmedlas, fördjupas och bekräftas av andra människors behov, känslor och tankar. Sker inte detta går människan under; förfaller, blir sinnesförvirrad osv. Socialitet är således ett väsensdrag hos människan som sådan, dvs. varje människa måste ingå som en del av en samhällelig helhet för att inte förlora sin mänsklighet. Desintegration utgör därför i sig själv en fara, såväl för den enskilde som för helheten.³⁶

3.1.2. Socialisation och involvering i idrott

Göran Patriksson delar upp involveringen i idrott i två delar, primär involvering och sekundär involvering. Primär involvering är när en person själv är fysiskt aktiv inom någon idrott och sekundär involvering är när personen, istället för att själv vara fysiskt aktiv, går och tittar på fotboll eller ser någon idrott på tv.³⁷

Förebilder är något som vi vet får ungdomar att söka sig till idrott och oftast är det någon eller några i deras direkta närhet. Föräldrar och syskon är oftast mycket inflytelserika när det gäller val av idrott. I en undersökning av tennis- och ishockeyspelare i kanadensiska universitetslag såg man att intresset väcktes inom familjen och då huvudsakligen av fadern. Ofta var också föräldrarna fortfarande aktiva idrottare och fungerade därför som förebilder. Med åldern minskade emellertid familjens betydelse och istället tog kamrater och tränare över denna roll.³⁸ Det är viktigt att uppmärksamma att inflytande kan ha olika syften och verkan. Det finns positivt inflytande som uppmuntrar till idrottsutövande och negativt inflytande som avråder från idrottsutövande.

Det visar sig att elitidrottare oftast före sjuårsåldern har deltagit i idrott med rätt stora framgångar, deltagandet behöver dock inte till en början vara i specialgrenen. Framgångarna leder till att de tidigt får uppmuntran av människor i sin närhet vilket sporrar till fortsatt satsning och intresse.³⁹ Det är då inte omöjligt att tänka sig att de som idrottar men som inte får uppmuntran lättare slutar med idrott och endast engagerar sig sekundärt i idrott. Något som visat sig är att ungdomar som bor tillsammans med två föräldrar är betydligt mer aktiva i idrottsföreningar än de som bor tillsammans med en (61 respektive 43 procent).⁴⁰

³⁶ Ibid sid.27f

³⁷ Patriksson. G (1979), *Socialisation och involvering i idrott*

³⁸ McPherson (1968). *Psychosocial factors accounting for learning the role of tennis and hockey player.*

Wisconsin: Department of physical education, University of Wisconsin

³⁹ Patriksson. G (1979), *Socialisation och involvering i idrott*

⁴⁰ Riksidrottsförbundet (2006), *Fakta och argument inför val 2006*, <http://www.rf.se/files/%7B03EFBE62-22FC-4E15-B7A6-03DE09667B25%7D.pdf>, 2006-12-05

4. Metod

I detta kapitel redovisas metodprocessen. Befintlig och lämplig litteratur om forskningsmetodik har använts för att skärpa metodfokus i arbetet kring problemområdet. Vidare redogörs för hur urvalet för studien har genomförts, vilka kriterier som ställts upp och varför dessa valts.

4.1. Val av metod

Intervjuer var det lämpligaste datainsamlade verktyget/strategin för att lösa uppgiften.

Den kvalitativa forskningsintervjun syftar till att erhålla otolkade beskrivningar. Den intervjuade beskriver så exakt som möjligt vad hon upplever och känner och hur hon handlar.⁴¹

Det första steget i en undersökning består av att definiera problemet för att därefter övergå till val av lämplig teoriansats, metod och material.⁴²

Utgångspunkten har varit semistrukturerade intervjuer, det vill säga att ämnesområdena för intervjun är bestämda på förhand och frågorna formuleras löpande under intervjun beroende på respondentens svar och reaktioner.⁴³

4.2. Urval

Med urval avses den grupp individer som kommer delta i undersökningen. I detta stycke redogörs för tillvägagångssätt samt varför denna metod valts.

Målet är att få ett så representativt urval av svar som möjligt för att man ska kunna uppfylla målsättningen med uppsatsen eller projektet och för att man ska få svar på sina nyckelfrågor.⁴⁴

Studien riktas till skolledare på skolor i Göteborg med elever från grundskolans senare år. Urvalskriterierna för undersökningen är att skolorna skall ligga i Göteborg och de skall ligga i anslutning till spårvagnsnätet. Anledningen till detta är att de deltagande skolorna skall ha samma möjlighet att uppsöka aktiviteter. För att göra studien så representativ som möjligt finns även ett krav på att skolorna skall ligga i anslutning till liknade utbud av aktiviteter och näridrottsplatser.

Urvalsprocessen gick till på följande vis: Första kontakten skedde via e-post⁴⁵ till 15 grundskolor som motsvarade urvalskriterierna. E-post skickades till skolledare alternativt studierektor eller biträdande rektor. För att få ett rättvist urval valdes slumpmässigt fyra av de nio skolledarna som accepterade ett deltagande i studien ut. I brevet som skickades ut förklarades studiens innehåll och syfte. Efter dialog med skolledarna bestämdes tid för besök på respektive skola. Intervjugruppen bestod således av personer med samma befogenheter som rektorer.

⁴¹ Kvale, Steinar (1997). *Den kvalitativa forskningsintervjun*. Lund: Studentlitteratur, sid.36

⁴² Wallén, Göran (1993). *Vetenskapsteori och forskningsmetodik*. Lund: Studentlitteratur

⁴³ Kvale, S (1997). *Den kvalitativa forskningsintervjun*

⁴⁴ Bell, Judith (1993). *Introduktion till forskningsmetodik*. Lund: Studentlitteratur

⁴⁵ Bilaga 3, *Brev till skolledare*

4.3. Intervjuunderlaget

4.3.1. Frågorna

Eftersom intervjuerna byggde på ett öppet samtal där den intervjuade skulle berätta så fritt som möjligt fanns det inget direkt frågeupplägg eller disposition på intervjun, men för att inte fastna eller för att inget skulle utelämnas fanns färdiga frågor som underlag. Första frågan ställs för att få en bild av vem respondenten är och vilka arbetsuppgifter som ingår i dennes tjänst. Genom att ställa följande frågor var tanken att få fram hur skolorna ser på ämnet Idrott och hälsa, om de ser på ämnet ur ett bredare perspektiv än bara utifrån aktiviteterna på lektionerna.

Intervjuunderlag – Rektor/Biträdande rektor/Studierektor

1. Vad är din arbetsuppgift/utbildning/bakgrund?
2. Hur ser skolan på betydelsen av fysisk aktivitet?
3. Vad har ämnet Idrott och hälsa för resurser?
4. Har skolan någon profil eller inriktning?
5. Arbetsätt kring hälsa/idrott/friskvård?
6. Hur arbetar skolan med samarbete och ledarskap?
7. Utnyttjar ni ert geografiska läge för att bedriva undervisning utanför skolans område?

4.3.2. Pilotundersökning

För att veta om våra frågor uppfattades som vi avsåg av respondenterna, gjorde vi en pilotstudie innan allt påbörjades.

Syftet med en pilotstudie är att få reda på om de svarande tolkar frågor och svar på samma sätt som frågekonstruktören, eller om de lägger en annan innebörd i dem. Dessutom kan man få reda på om något svarsalternativ saknas i någon fråga, så att frågan blir omöjlig att besvara för vissa deltagare. Om svarsalternativen är sådana, att alla eller nästan alla svarar enligt samma alternativ, är fråga/svar förmodligen felkonstruerade. Frågans validitet, dvs. i vad mån frågan verkligen mäter det man avser att den ska mäta, kan studeras i pilotundersökningen.⁴⁶

Pilotundersökningen genomfördes på en skolledare som senare inte skulle vara med i undersökningsgruppen. Utifrån denna pilotundersökning var vi tvungna att bredda och omformulera några av våra frågor. Detta för att inte bara omfatta själva ämnet Idrott och hälsa utan även skolledarnas syn på möjligheter för ett samarbete med föreningslivet. En annan viktig aspekt som inte belystes i pilotundersökningen, var att undersöka hur skolledarna ser på ämnets roll i ett längre och bredare perspektiv, för att lära ungdomarna om ledarskap och samarbete exempelvis.

4.4. Intervjutillfället

Första kontakten med de utvalda skolorna var via rektor eller skolledare och skedde via e-post där vi förklarade studiens innehåll och syfte. Vi bestämde i samråd med skolledarna tid då vi skulle komma och genomföra studien. Under intervjuerna var samtliga tre författare närvarande. Detta för att dels visa vilka vi var men också för att eliminera det faktum att

⁴⁶ Ejlertsson. Göran (2005). *Enkäten i praktiken : en handbok i enkätmetodik*. Lund: Studentlitteratur, sid.32

intervjuer kan uppfattas på olika sätt av olika personer. Arbetet lades upp enligt modellen att en av oss hade huvudansvar för att ställa frågorna, de andra två förde anteckningar och ställde följdfrågor vid behov. Dessa uppgifter behölls under samtliga intervjuer för att få en så likartad intervjusituation som möjligt.

Intervjuer gjorda av olika intervjuare som använder samma intervjuguide kan ge olika resultat beroende på deras skiftande känslighet för och kunskap om ämnet för intervjun.⁴⁷

För att få reda på respondentens roll och arbetsuppgifter på den aktuella skolan samt att respondentens eget idrottsintresse var relevant ställdes först bakgrundsfrågor till den person som deltog i intervjun. Detta för att det dels ger en tryggare och mer personlig intervjusituation, dels för att respondentens bakgrund och intressen har betydelse för hur ämnet Idrott och hälsa prioriteras.

Vidare ställdes frågor om hur man på skolan ser på betydelsen av fysisk aktivitet och idrott, vad man gör och hur man arbetar med detta. Frågor ställdes även om hur man ser på betydelsen av ämnet Idrott och hälsa som skolämne, samt om skolan har några fysiskt inriktade tillval eller dylikt som eleverna kan välja mellan.

Senare under intervjun försökte vi få reda på hur man arbetar med det omgivande samhället och hur man ser på samhället som resurs i undervisningen. Efter detta frågade vi om man har något samarbete med de närliggande föreningarna och om de används i skolans arbete som en resurs.

4.5. Bearbetning av intervjuerna

För att få en stark trovärdighet ansågs det bäst att alla tre författarna medverkade under intervjuerna. Under intervjutillfället antecknade vi var för sig allt respondenten uttryckte för att få en så korrekt bild av intervjun som möjligt. Efter avslutad intervju satte vi oss tillsammans och diskuterade de svar vi hade fått, utifrån det sammanställdes intervjumaterialet. Vidare ansåg vi att respondenten skulle få en chans att läsa igenom vår sammanställning för att eliminera missförstånd vid intervjutillfället.

4.6. Etiska överväganden

Här diskuteras eventuella konsekvenser som forskningen kan få för den undersökta utifrån vetenskapsrådets fyra huvudkrav.⁴⁸

4.6.1. Informationskravet

Först och främst har vi kontaktat skolans ledning samt aktuella lärare om vårt syfte och förslag till genomförande. Redan här kunde de tillfrågade välja att inte delta i studien. Vidare har vi vid alla genomförda tillfällen informerat respondenterna om studiens syfte, anonymitet och att ingen annan än de som är berörda av undersökningen och de forskningsetiska krav som omger dem, kommer att ha tillgång till intervjumaterialet.

⁴⁷ Kvale, S (1997). *Den kvalitativa forskningsintervjun*, sid.38

⁴⁸ Vetenskapsrådet (2004). *Forskningsetiska principer – inom humanistiskt och samhällsvetenskaplig forskning*. <http://www.vr.se/download/18.668745410b37070528800029/HS%5B1%5D.pdf>, 2006-12-13

4.6.2. Samtyckeskravet

De som medverkar i en undersökning skall ha rätt att självständigt bestämma om, hur länge och på vilka villkor de skall delta. De skall när som helst kunna avbryta sin medverkan utan att detta medför negativa följder för dem. Om en person vill strykas ur ett forskningsmaterial skall man vara så tillmötesgående som möjligt. I respondentens beslut att medverka eller avbryta sitt deltagande får inte respondenten utsättas för olämplig övertalning.⁴⁹

4.6.3. Konfidentialitetskravet

Alla uppgifter om personerna i undersökningen har getts största möjliga konfidentialitet och uppgifterna har förvarats på ett sådant sett att obehöriga inte kan ta del av dem. Vidare har vi valt att inte skriva ut namnen på de undersökta skolorna.⁵⁰

4.6.4. Nyttjandekravet

Då uppsatsen i färdig form kommer att vara tillgänglig för allmänheten, kan vi som författare inte försäkra oss om dess användningsområde. Uppsatsen har som avsikt att behandla problemet utifrån vetenskapliga syften, följaktligen får den inte användas eller utlånas för kommersiellt bruk. Dock ser vi inga som helst ekonomiska vinster i de resultat som redovisas. Detta innebär t.ex. att forskare som sysslar med att kartlägga människors fritidsaktiviteter inte får sälja eller låna ut uppgifter om enskilda människor till exempelvis företag som tillverkar produkter för fritidsaktiviteter (att användas i deras marknadsföring).⁵¹

4.7. Generaliserbarhet

Då denna studie begränsar sig till Göteborgsskolor med klasser från år 4 till år 9, så får vi endast bilden av hur dessa skolors rektorer arbetar utifrån fysisk hälsa. Eftersom studien endast bygger på fyra skolors medverkande, kan den inte sägas vara representativ i dess fulla bemärkelse. Generaliserbarhet inom ramen för denna undersökning, kan sägas vara hög inom en lokalt begränsad omfattning men kan även appliceras på undersökningsgrupper med liknande yttre och inre förhållanden. Värdet av detta kan sägas ligga i det mått av riktning som denna begränsade studie pekar ut inför eventuellt framtida och mer omfattande undersökningar.⁵²

4.8. Validitet

Med validitet menas om vi undersöker det vi avser att undersöka. Validiteten ligger därmed i den intervjuguide vi använt oss av, d.v.s. våra intervjuer. För att erhålla hög validitet måste intervjuerna innehålla sådana frågor som speglar det vi avser undersöka. En grundligt genomarbetad intervju ger således mer giltiga svar som i sin tur kan höja validiteten.⁵³

En åtgärd vi genomfört för att undvika missförstånd under intervjutillfällena är en pilotstudie, där vi i samråd med en försöksperson testat och justerat intervjuens frågor samt innehåll.

⁴⁹ Ibid

⁵⁰ Ibid

⁵¹ Ibid

⁵² Bell, J (1993). *Introduktion till forskningsmetodik*

⁵³ Ibid

Vidare är semistrukturerade intervjuer ytterligare en försäkran om att respondentens svar fastställer utsträckning av deras syn på det valda problemområdet. Då studien uttrycker rektorernas och skolledarnas egna uppfattningar, ligger uppriktighet till grund för tillförlitligheten. Respondenternas uppriktighet är svårast för oss att kontrollera, dock kan detta undvikas i större utsträckning med ett större urvalsunderlag i framtida undersökningar.⁵⁴

4.9. Reliabilitet

Reliabilitet är ett begrepp för hur tillförlitligt vår intervjuguide är. Visar undersökningen det som vi avser att visa? God reliabilitet innebär att metoden kan användas om och om igen utan att den visar signifikant skillnad. Då studien är av sociokulturell karaktär måste man ta i beaktande att människans beteende inte utgörs av allmängiltiga "lagar". Därför kan inte reliabilitetsbegreppet inom vårt arbetes problemområde i samma omfattning grundas på kriterier av upprepbarhet och lagbundenheter. En dålig dag, ingen frukost eller bråk med någon närstående kan påverka respondentens svar på ett för undersökningen negativt sätt som ligger utanför vår kontroll.

Kvalitativ forskning strävar emellertid inte efter att isolera lagar för människans beteende utan försöker snarare att beskriva och förklara världen utifrån hur de olika människorna som lever i den uppfattar den. Eftersom det finns många olika tolkningar av vad som sker, finns det inte heller några fasta referenspunkter vi kan utgå från för att upprepade gånger mäta en företeelse och på så sätt skapa en i traditionell bemärkelse reliabel mätning.⁵⁵

Under pågående genomförande var vi noga med att inte särskilja de olika respondenterna i bemötandet eller förklaringen till syftet med vår undersökning. Innan genomförandet av intervjun hade vi noga planerat hur vi skulle presentera den på ett enhetligt sätt för rektorerna. Detta medför att vi i mesta möjliga mån strävat efter att undvika påverkan av svarsutfallet.

⁵⁴ Trost, Jan (1994). *Enkätboken*. Lund: Studentlitteratur

⁵⁵ Merriam Sharan B (1994). *Fallstudien som forskningsmetod*. Lund: Studentlitteratur, sid.181

5. Resultat

5.1. Skola A

”Det vi verkligen skulle behöva är en hall i fullstorlek”⁵⁶

Skola A är en 4-9 skola med cirka 450 elever. De har två mindre idrottshallar som de disponerar fritt under dagtid och sedan har förtur till på kvällstid. De har stora ytor utomhus för lek och fysisk aktivitet samt att de har en stor skolgård och två fotbollsplaner. De planerar även att bygga en spegelsal för bland annat dans. Rektorn som vi intervjuar har själv en bakgrund som idrottslärare vilket gör att hon prioriterar dessa frågor om fysisk aktivitet och hälsa.

Skola A är med i Handslaget tillsammans med en basketklubb. Basketklubben driver ett projekt där de disponerar idrottshallen gratis på kvällstid och anordnar där basketträning för elever i år 3 till år 6.

Skolan är dessutom engagerad i GAIS projektet vilket innebär att GAIS ansvarar för rörelseaktiviteten för år 3 till år 6 två sextiominuterspass i veckan. Vidare anordnar skolan ihop med en lokal klubb karateträning två timmar varje lördag för år 3 till år 6, även ridning för skoltrötta tjejer på högstadiet anordnas. Eleverna i år 7 till år 9 har ett ämne som heter *Hälsa och Livskunskap* på schemat en timme i veckan.

Det som är gemensamt för alla dessa aktiviteter är att de tillkommit på föreningarnas initiativ. Skolan blev kontaktad och tillfrågad om de ville medverka och allt skolan behövde göra var att ställa upp med lokalen.

Skola A har tidigare haft ett projekt på skolan som heter *Poängjakt* som gick ut på att man tävlade mellan klasserna i att samla aktivitetspoäng, 30 minuters sammanhängande fysisk aktivitet gav 1 poäng och 60 minuters aktivitet gav 2.

5.2. Skola B

”Det är gött att vi har så nära till Slottsskogen”⁵⁷

Skolan ligger i centrala Göteborg med närhet till Slottsskogen och Frölundaborg. Skolan ligger i en gammal byggnad och har därmed en liten idrottshall. För att högstadieeleverna ska få ett pass i en hall med fullmått hyr de in sig i en närliggande hall ett pass i veckan. På sommarhalvåret bedrivs ofta idrottslektionerna i Slottsskogen. Det går ca 400 elever på skolan fördelade på förskolan till år 9, det arbetar 50 pedagoger på skolan varav två av dessa är idrottslärare. Skolan arbetar väldigt medvetet kring elevernas hälso- och fritidsaktiviteter. Det bedrivs olika projekt på skolan med olika syfte.

Skolan har ett samarbete med en närliggande idrottsförening som bedriver aktivitet två kvällar i veckan för skolans elever. På vissa eftermiddagar har de kampsportsträning i skolans idrottshall, de har även dans och fotogrupper på eftermiddagar. Skolan använder hela

⁵⁶ Rektor Skola A

⁵⁷ Rektor Skola B

terminens elevensvaltimmar till att en vecka per termin erbjuda eleverna ett flertal olika aktiviteter i samarbete med lokala föreningar. Exempel på aktiviteter under elevensvalveckan är bollspel, friluftsliv, stadsvandring på cykel m.m. De har också provapåverksamhet efter skoltid som innehåller friidrott, bollspel m.m.

Skolan deltar också i ”Ja vi leder” projektet med 15 stycken högstadiel elever. De gör sin praktik en timme i veckan på allt från handbollsklubb till fritidsgård och schackklubb.

5.3. Skola C

”Det vi saknar mest är en engagerad idrottslärare”⁵⁸

Skola C grundades redan 1914 och drivs sedan 1974 som en stiftelse med en styrelse bestående av föräldrar och personal. Skolan är sedan 1992 en friskola med kommunala bidrag i form av skolpeng. Skolan har 465 elever från år F till år 9 samt fritids med plats för ca 90 barn. Sammantaget arbetar ca 60 personer (förskollärare, fritidspedagoger, grundskollärare, skolsköterska, vaktmästare, kanslipersonal samt skolledning) i verksamheten, två av dessa är idrottslärare.

De hade tidigare både dansskola och extra musikundervisning på eftermiddagarna men var tvungna att lägga ner den verksamheten då den lärare som var drivande slutade på skolan. Den biträdande rektorn som vi intervjuade har dock en uttalad målsättning att köra igång detta igen, och även försöka utöka satsningen med mer rörelse i allmänhet. Hon har även en vision om att kunna erbjuda eleverna lite mer udda sporter såsom ridning och klättring. Anledningen till att de inte har några aktiviteter idag är, enligt den biträdande rektorn, att en sådan satsning kräver ett mycket stort ideellt engagemang, något som för tillfället inte finns på skolan. Detta engagemang skulle då involvera kontakter med idrottsföreningar, planering, schemaläggning med mera. Det kan vara värt att nämna att den biträdande rektorn tidigare har jobbat som idrottslärare men har numera endast administrativa arbetsuppgifter.

Den biträdande rektorn påpekar att ett stort problem för friskolor i Göteborgsområdet är att de endast får 85 procent av skolpengen till skillnad från de kommunala skolorna som får hela skolpengen. Det är dessutom endast på detta sätt i Göteborg, i t.ex. Stockholm får friskolorna hela skolpengen.

Alla klasser i år 7 till år 9 har två idrottsstillfällen varje vecka på respektive en timma, idrottsklasserna har dessutom ett tvåtimmarspass utöver detta i veckan. Största problemet för skolan är att de inte har någon egen idrottsbana utan de hyr lokaler av en idrottsförening i närheten. Skolan har ett bra samarbete med idrottsföreningen och har nästan alltid förtur när de bokar tider i hallen.

Skolan har fyra så kallade idrottsklasser, två klasser i år 7, en i år 8 och en i år 9. I år 8 och år 9 är tanken att föreningarna som eleverna är med i skall bistå med en handledare. Handledaren skall lämna skriftliga omdömen till idrottsläraren som beskriver elevens utveckling men kan även genomföra undervisning i skolan inför hela klassen. Tyvärr har detta samarbete visat sig fungera dåligt och därför har eleverna i de två klasserna i år 7 inte något krav på att vara med i någon förening vilket leder till att de inte har några handledare. Istället har idrottsläraren hela ansvaret.

⁵⁸ Biträdande rektor Skola C

5.4. Skola D

”Vi har försökt att prioritera friluftsdagarna”⁵⁹

Skola D har ca 150 elever och är en relativt nystartad friskola. Det är en 4-9 skola och det arbetar ca 12 pedagoger på skolan, varav två är idrottslärare. Skola D hyr in sig i en företagsidrottshall men på grund av kostnaden för denna bedrivs det mesta av idrottsundervisningen i den kringliggande utomhusmiljön stora delar av året. Rektorn menar att de är en av de få skolor i Göteborgsområdet som faktiskt får in mycket av friluftsdelen från kursplanen i sin undervisning.

På grund av att skolan saknar en egen hall åker de ofta iväg till olika anläggningar i närmiljön, till exempel raketthall, simhall, ishall och så vidare. Rektorn planerar att i framtiden ta in fler elever och då försöka att få en egen idrottshall i anslutning till skolan.

Skola D har olika profilval varav ett är en idrottsprofil. Eleverna får då två timmars extra idrottsundervisning i veckan och man försöker att använda denna extratid till att bredda idrottsundervisningen. Tanken är att eleverna på dessa timmar ska få möjlighet att prova på nya aktiviteter och idrotter såsom klättring, rugby och friluftsliv. För att detta skall kunna ske försöker Skola D också att bjuda in föreningar utifrån, de har haft besök från en rugbyklubb, en badmintonklubb och en skridskoklubb. De avser även att starta Skol-IF på skolan som de hoppas ska göra eleverna mer aktiva. För närvarande är det ca hälften av skolans elever som har valt idrottsprofilen.

Skolan försöker att erbjuda sina elever fler idrottsdagar än i många kommunala skolor, de har 7-8 planerade idrottsdagar per år. Då erbjuds eleverna möjlighet att göra sådant som inte rymms i den ordinarie undervisningen som skidåkning, skridskoåkning och landhockey.

⁵⁹ Rektor Skola D

6. Diskussion

6.1. Bunkeflometoden, GAIS-projektet, Handslaget och Ja vi leder

Här tar vi ta upp de för- och nackdelar som vi kan se med de olika projekten som nämns ovan. Bunkefloprojektet är vetenskapligt förankrat och har pågått under en lång tid och det visar att mycket är möjligt bara viljan finns. Det är intressant att läsa om omfattningen av projektet och kontinuiteten och att man har fått in en timmes aktivitet per dag. Målsättningen att projektet skall främja rörelseglädje och väcka intresse för fysisk aktivitet är något som särskilt tilltalar oss och som väl följer vår tanke om skolans ansvar att ge elever möjlighet att lära för livet. Att projektet fungerar är kul och att barnen får ökad benmassa och bentäthet är något som kommer att gynna dem senare i livet. Studien har dessutom visat att studieresultaten och koncentrationsförmågan har förbättras, vilket visar på vikten av fysiskt aktiva barn. Om man ska försöka hitta något negativt så är det att mycket av resultatet hänger på den ansvariga personalens kreativitet och förmåga att uppbåda elevernas entusiasm för medverkan i projektet. Brister det i dessa aspekter så fallerar hela projektet.

GAIS-projektet bygger också på att få eleverna mer aktiva under skoldagen. Projektet bygger på att fotbollsspelare från elitklubben GAIS kommer till skolorna en timma i veckan och bedriver en aktivitet med klasserna. Det handlar inte bara om fotboll utan det övergripande syftet är att eleverna ska röra på sig. En av de positiva aspekterna av detta projekt är att man använder sig av kända idrottsmän från de lokala idrottsföreningarna i undervisningen. Denna möjlighet att använda förebilder inom idrotten är en bra motivationshöjare för eleverna och en skola att använda sig av. Huruvida det fungerar är inte riktigt tydligt eftersom endast en av de undersökta skolorna var delaktiga i GAIS-projektet. Vi anser dock att det finns vissa brister i projektet, dels på bristen av de pedagogiska kunskaperna spelarna besitter men också på grund av den kostnad skolorna får betala för tjänsten. Det kostar 300 kr varje gång GAIS-spelarna har en lektion och det är ganska mycket pengar för en redan hårt ekonomiskt styrd skola. De GAIS-spelare som saknar pedagogisk- och/eller ledarutbildning kan ha svårt att bedriva en organiserad lektion på ett vettigt och professionellt sätt.

Handslaget är ett projekt som är mycket bra och som har fallit väl ut. Största fördelarna är att varken skola eller förening behöver ta betalt utan allt finansieras av statliga pengar som tilldelas de skolor och föreningar som ansökt om att få delta. Detta leder till att det även blir gratis för eleverna vilket är bra. Aktiviteterna är ofta organiserade i direkt anslutning till skoldagen vilket innebär att eleverna som deltar inte behöver vara kvar på skolan och vänta eller att de måste gå hem för att sedan återvända. Vad som däremot enligt oss talar emot Handslaget är att det oftast endast är en förening som samarbetar med en skola vilket kan leda till ganska enformiga aktiviteter. Om till exempel en handbollsklubb håller i aktiviteterna blir det förmodligen väldigt mycket handboll på dessa tillfällen, vi hade hellre sett att flera föreningar sökte ihop för att på så sätt få större variation i aktiviteterna och ge eleverna större möjligheter att kanske hitta en idrott som de passar för och som de tycker är kul. En idé som skulle kunna utveckla och bredda Handslaget ytterligare är om skolorna kunde söka pengar utan att ha en förening kopplad till dem. De pengarna skulle då skolan kunna disponera själva för mer uppsökande verksamhet och då låta eleverna prova på mer udda aktiviteter.

Slutligen kommer vi då till Ja vi leder, det är ett projekt som det är svårt att se några nackdelar med. De deltagande eleverna får lära sig ledarskap, samarbete och kunskaper kring hur en förening drivs och fungerar. Alla dessa kunskaper anser vi är något som eleverna verkligen

kan ta med sig ut i livet och ha stor nytta av. Den enda negativa aspekten vi kan se är att det är frivilligt vilket medför att deltagandeantalet är ganska litet, i alla fall på Skola B. En fördel med detta upplägg är å andra sidan att de elever som deltar själva har valt det och därmed förmodligen är motiverade.

6.2. Skolorna

Skolorna var mer intresserade av vår frågeställning och särskilt då hälsoaspekten än vad vi först trodde. Att de flesta skolor även satsade resurser på detta visar att elevers hälsa prioriteras. Resultat från studier av Bunkefloprojektet visade att fysisk aktivitet förbättrade elevernas koncentrationsförmåga och deras studieresultat vilket ytterligare är en bidragande orsak till att införa mer fysisk aktivitet i skolan. Ingen av de skolor vi har besökt i denna studie hade fysisk aktivitet på schemat på samma sätt som skolorna som är med i Bunkefloprojektet har, istället har man satsat på att hjälpa eleverna hitta nya och spännande idrotter att aktivera sig med efter skoltid.

De undersökta skolorna jobbar på olika sätt för att väcka elevernas intresse för fritidsaktiviteter bland annat genom idrottstematidagar där eleverna själva får välja och prova på nya aktiviteter, det behöver inte nödvändigtvis vara en organiserad idrott. Stadsvandring, stavgång och friluftsliv kan vara exempel på aktiviteter som det arrangerar. En annan av skolorna, Skola B, arbetade istället med att spara in alla friluftsdagar under ett år och lägga ihop dessa till en hel friluftsvvecka där det inte utfördes några vanliga lektioner på schemat utan veckan bestod endast av olika aktiviteter och hälsa ligger i fokus. Detta är en mycket bra tanke eftersom denna vecka antagligen blir bättre planerad än vad vissa enstaka dagar ibland kan bli, men samtidigt kan man fråga sig om inte eleverna kanske till slut tröttnar på nya aktiviteter och inte tar de till sig i samma utsträckning.

Det är förvånande att skolorna ligger så pass i framkant med att erbjuda eleverna aktiviteter efter skoltid och då främst i samarbete med lokala föreningar. Vi var innan genomförandet av intervjuerna inställda på att resultatet skulle bli mer skralt. Det är intressant att se att skolorna tar detta ansvar på allvar. Positivt är också att det verkar uppskattas av eleverna, de aktiviteter som skolan erbjuder är populära och välbesökta. Det som är synd är att skolornas vilja att bedriva aktiviteter på annan plats än i skolan verkar vara begränsad. Anledningen till att vi valde att undersöka skolor inom stadsgränsen var att de förhoppningsvis skulle utnyttja denna fördel i form av större utbud och möjligheter. Det verkade på skolledarna som att alla föreningar som var villiga att erbjuda aktiviteter i skolans lokaler var välkomna men att skolan var ovillig att till exempel åka och klättra eller köra mountainbike. Orsaken till detta är att det kostar pengar och resurser sådana utflykter behöver planeras och genomföras på ett säkert sätt, att föreningarna kommer till skolan är enkelt, tidssparande och gratis.

Det som alla intervjuade skolledare hade gemensamt var att de påtalade vikten av egen idrottshall på skolan för att kunna erbjuda aktiviteter. Biträdande rektorn på Skola C hade en egen hall överst på sin önskelista, då de i nuläget hyr in sig hos en närbelägen idrottsförening. Fördelen med en egen hall är att skolan kan erbjuda föreningarna de tider de vill ha, ofta så läggs dessa aktiviteter direkt efter skoldagens slut, eleverna behöver då ej gå hem emellan skola och aktivitet, de behöver heller inte förflytta sig. Alla dessa faktorer tror vi medverkar till att deltagarantalet höjs.

Något som också hade betydelse var skolledarens egen idrottsbakgrund och idrottsintresse. Två av de skolledare vi intervjuade är själva idrottslärare i grunden och de menade själva att

de tack vare det har en ökad förståelse för vikten av dessa frågor. Om de ansvariga på skolan själva har en insikt i idrottens betydelse för barn och ungdomar är det betydligt lättare för till exempel idrottslärarna på skolan att få genomslag för sina idéer. Dessa frågor får helt enkel en annan prioritet. En sak vi har märkt av egen erfarenhet är att mycket av arbetet med att öka elevernas aktivitetsnivå är att få personalen intresserad av dessa viktiga frågor och att det är värt att lägga tid och resurser på detta. Vi har tidigare mött negativa reaktioner på att eventuellt införa liknande projekt på de skolor vi har praktiserat eller jobbat på, ofta kommer dessa reaktioner från personal helt utan eget idrottsintresse.

Ytterligare en aspekt av de aktiviteter som skolorna erbjuder är att de utökar de 500 klocktimmar som idrottsämnet är tilldelat i timplanen. Det är också ett sätt att uppfylla läroplanens mål om att ”omsorg om den enskildes välbefinnande och utveckling skall prägla verksamheten”⁶⁰ och att uppfylla skolans ansvar ”att varje elev efter genomgången grundskola har grundläggande kunskaper om förutsättningarna för en god hälsa samt har förståelse för den egna livsstilens betydelse för hälsan och miljön”.⁶¹

Fysisk aktivitet påverkar flera kroppsliga funktioner positivt och till följd av detta ökar livskvaliteten. Ser man internationellt på de frågor som rör skola och hälsa kan man se att Sverige står sig bra i jämförelse med skolor i t.ex. USA och Australien. Framför allt när det gäller antalet minuter fysisk aktivitet som eleverna har varje vecka. Ser man på pojkar och flickor i Sverige som tränar fyra gånger eller mer varje vecka finns det glädjande siffror. Antalet flickor som tränar med denna frekvens har ökat de senaste åren och antalet pojkar ligger kvar kring en oförändrad nivå på cirka 40 procent. De här siffrorna kan tyckas låga, att det är färre än hälften som tränar, men ha då i åtanke att det handlar om träning fyra gånger i veckan. Det är alltså en relativt hög träningsfrekvens. Hade undersökningen istället mätt hur många pojkar och flickor som tränar 2 gånger i veckan skulle resultatet naturligtvis se annorlunda ut.

6.3. Socialisation och idrott

Idrott är ett sätt att lära sig hur man skall förhålla sig till andra människor och hur man skall förhålla sig till regler av olika slag. Man lär sig också, speciellt i lagidrott, att man är beroende av andra och att de i sin tur är beroende av dig, som Mead säger, leken och spelet utgör viktiga led till självets tillblivelse. I spelet måste deltagaren inta samma attityd som de övriga deltagarna i spelet. Detta hjälper individerna att lättare förstå och leva i samhället som goda medborgare. Som det står att läsa i kapitel 3.1.1 menar Wernersson⁶² att detta är en nödvändig funktion för ett samhälle, att uppfostra och anpassa barn till att leva och fungera i det.

Patriksson⁶³ diskuterar i kapitel 3.1.2 primär och sekundär involvering i idrott, den primära involveringen är den som är mest intressant i denna studie men även den sekundära involveringen har betydelse. Att man tittar på fotboll eller ishockey gör inte elever och ungdomar mer fysiskt aktiva, det är istället den primära involveringen som är viktig och den som bör uppmuntras. Därmed inte sagt att man skall hindra elever/ungdomar från att se på sport, det kan nämligen vara ett positivt sätt att väcka och öka intresset för idrott och leda till att en individ faktiskt börjar utöva denna idrott. Det är självklart också bra att den primärt

⁶⁰ Skolverket (2006), *Lpo 94*, sid.3

⁶¹ Skolverket (2006), *Lpo 94*, sid.10

⁶² Wernersson, I (1972). *Socialisation och skola. Några teoretiska utgångspunkter*

⁶³ Patriksson. G (1979), *Socialisation och involvering i idrott*

involverade tittar på idrott för att inspireras och stöttas i den personliga utvecklingen inom den egna idrotten.

Att få eleverna intresserade av fysisk aktivitet och idrott är till stor del idrottslärares ansvar, men även föräldrar och andra förebilder måste ta sitt ansvar. Vi kan med välplanerade och varierande idrottsundervisning främja elevens fysiska fritid. Det gäller att engagera sig i varje elev och hjälpa till med att finna en passande fysisk aktivitet för eleven. Det är viktigt att locka fram ett intresse, som eleven fortsätter med under hela livet. Genom att skolan har ett nära och väl fungerande samarbete med idrottsföreningar gynnas inte bara eleven utan också idrottsrörelsen i stort.

Den största bidragande faktorn till ett fysiskt aktivt liv har sin grund i introducerandet under barndomen. Om man redan tidigt lär sig att uppskatta och njuta av att röra sig är vi övertygade om att det följer en genom livet, ett livslångt lärande.

6.4. Metodkritik

Antalet – man skulle kunna anföra att fyra är kanske i minsta laget för att få ett representativt urval av skolorna i Göteborg. Vi har fått en bra spridning på skolorna, både geografiskt och storleksmässigt. Det råkade också falla sig så att vi studerat två kommunala och två friskolor, detta ger också en jämn fördelning av undersökningsmaterialet. På grund av att vi inte har undersökt mer än fyra skolor blir generaliserbarheten något lidande. Om tiden hade funnits kunde studien ha varit mer ingående och hade således blivit mer representativ.

Urvalet - att kontakten med de deltagande skollära kunde ha gjorts annorlunda. Nu var det antagligen de som var mest intresserade av ämnet som svarade och de som visste att deras skola jobbade aktivt med detta. Det kunde kanske ha blivit en bättre urvalsgrupp om vi gått dit oannonserade för att presentera oss och lägga fram vårt förslag genomföra studien.

Validitet - respondenternas uppriktighet är svårast för oss att kontrollera, dock kan detta undvikas i större utsträckning med ett större urvalsunderlag i framtida undersökningar.

Generaliserbarhet inom ramen för denna undersökning, kan sägas vara hög inom en lokalt begränsad omfattning men kan även appliceras på undersökningsgrupper med liknande yttre och inre förhållanden.

Det är naturligtvis skillnad mellan att diskutera validitet och reliabilitet i exempelvis enkätundersökningar där man har ett mätinstrument i ordets rätta bemärkelse. I någon mening har vi inget mätinstrument utan en intervjuguide men vi anser det ändå vara relevant att diskutera dessa aspekter.

Något som hade varit intressant att ta upp men som inte riktigt ryms inom vår undersökningsram är att undersöka vilka det är som deltar i aktiviteterna, är det de redan aktiva som deltar eller när man med sådana projekt som skolorna erbjuder de inaktiva, som är de som behöver det mest?

En hel del tid av vårt uppsatsarbete har ägnats åt litteratursökning och utvärdering av funnen litteratur, vi har utifrån materialet gjort ett urval av användbar litteratur. Den litteratur vi använt oss av i arbetet är den vi tyckte var mest relevant med tanke på vad vi ville undersöka.

7. Slutsats

Det som förvånade var att skolorna tänkt så mycket kring dessa frågor och att de arbetar med dem och erbjuder eleverna alternativ och möjligheter till fysisk aktivitet. Innan intervjuerna genomfördes trodde vi att vi mest skulle få olika förklaringar kring varför de inte erbjud eleverna några aktiviteter, att det var dyrt, att det krävde personal och andra resurser och att det inte behövdes på deras skola. Det är också så att personal på skolorna är väl införstådda med hur viktigt detta är och ställer upp med sin tid på friluftsdagar och liknande.

När det gäller begränsningar så var det mest lokalfrågor som var stötestenar för rektorerna. Det var betydligt lättare för de med egen hall att ha den här typen av aktiviteter, de kan erbjuda de föreningar och klubbar som de samarbetar med att gratis få låna hallen vilket i stor grad möjliggör att man kan genomföra sådana här projekt och aktiviteter.

Något vi saknade hos de skolor vi besökte är att man inte har mer uppsökande verksamhet, att man försöker få med de inaktiva eleverna. Risken med sådana här projekt är att man så att säga predikar för de redan frälsta, det är de redan aktiva som kommer och spelar basket på eftermiddagarna. Men å andra sidan kan man se detta som ett första steg, att möjligheten överhuvudtaget erbjuds är ju i grunden något positivt. Man kan ju alltid hoppas att när de inaktiva ser hur kul de deltagande eleverna har så lockas de med att prova och förhoppningsvis fastnar.

Det är förvånande att skolorna inte utnyttjar idrottsämnet mer i fostrande syfte. Som tidigare redovisats sker socialisationen in i samhället i samspel med andra, detta samspel är extra tydligt i spel och lek. När ramfaktorerna är så tydliga som i idrott, tydliga regler, klart avgränsat område osv., kan deltagarna lägga hela sin fokus på att tyda och lära sig följa de sociala spelreglerna som alla lever efter. Dessa faktum kan också idrottsläraren utnyttja i sin undervisning, genom att ändra ramfaktorerna ställs större krav på deltagarnas förmåga att anpassa sig och samarbeta. Denna förmåga är något som de sedan har stor glädje av i sitt liv, oberoende av vad de väljer att göra.

I kapitlet nedan redogör vi för en idé som vi har kring hur skolorna på ett enkelt sätt kan erbjuda eleverna möjlighet att prova på aktiviteter de annars inte skulle möta.

8. Övriga tankar och ideér

8.1. Förslag till fortsatt forskning

Det hade varit intressant att forska vidare med att försöka ta reda på hur många elever som är inaktiva på sin fritid och även försöka att hitta lösningar för att göra dem mer aktiva. Lite av våra tankar kring detta har vi redan tagit upp här men att gå djupare hade varit önskvärt då detta kunde vara en bra början till ett friskare Sverige.

Det hade även varit intressant att se vilka skillnader som finns mellan närliggande skolor men även skillnader på skolor i städer och på landsbygden. Finns det stora skillnader mellan skolor och deras möjligheter till att delta i aktiviteter på skoltid utanför skolan? Leder dessa eventuella skillnader till att elever är mer eller mindre aktiva i städer respektive på landsbygden? Eventuellt är elever på landsbygden mer aktiva då de kanske cyklar mer och rör sig ute i den närliggande naturen.

En annan intressant fråga är: Varför slutar redan aktiva ungdomar med sin idrott och vad kan man göra för att motverka detta? Är det föreningarnas satsningar på de bra idrottarna som får de mindre lovande att sluta? Är det så ont om ledare att de som inte platsar i elitsatsningen inte har något annat lag att gå till?

8.2. Bjuda in experter

En lösning på att få elever att upptäcka nya aktiviteter är att bjuda in föreningar till skolan för att introducera sin idrott. Med tanke på det utbud som idag finns av idrotter och andra fritidsaktiviteter kan vi idrottslärare omöjligt vara experter på allt. Vill man väcka intresse för något hos ungdomar måste man själv brinna för den aktiviteten eller idrotten. De flesta idrottslärare har själva någon idrott/aktivitet som de själva är aktiva i eller ledare för och ofta är väldigt bra ambassadörer för. Men om man ska få ungdomar mer fysiskt aktiva inte bara i skolan utan även efter skoltid, vilket vi anser vara ett av målen med vårt yrke, så tror vi att man måste vara tillräckligt ödmjuk och be om hjälp.

Att be om hjälp är något som många lärare drar sig för att göra, man vill inte visa att man inte behärskar sitt yrke. Man vill inte heller, genom att be en kollega om hjälp, visa att någon annan är bättre än en själv. Man får inte vara blygsam i situationer där man behöver hjälp med något och inse att idrottsläraren är där för elevernas skull, de är inte där för att bekräfta hur duktiga pedagoger de är. Man får helt enkelt se det som fortbildning, att man blir bättre på något leder alltid till något positivt, inte minst för eleverna.

När det gäller att be om hjälp som idrottslärare så kan man till och med anföra säkerhetsargumentet, det är inte många som kan fästa en klättringssele korrekt, leda ridundervisning på ett säkert sätt eller bedöma hur svår en downhillbana är. När man då tar in experter utifrån för att hjälpa en med detta så är det ju, förutom att man erbjuder sina elever ett bredare spektra av aktiviteter, också ett sätt att göra undervisningen säker.

Man kan också anföra ekonomiska argument för varför man ska bjuda in experter. Det är naturligtvis helt omöjligt för en skola att ha utrustning för att kunna bedriva undervisning i hundra olika idrotter/aktiviteter. Om man då bjuder in experter så har de ofta med sig den

utrustning som behövs eller om man på idrottsdagar eller liknande besöker deras anläggningar så har de ofta utrustning där att låna ut.

Det är tämligen avlägset för en kille eller tjej i 15-årsåldern att själv söka upp en förening för att se vad de gör, om det kan vara något som lockar. Ofta är det tyvärr så att när man kommer upp i den åldern så börjar föreningar ofta dela in lagen i A- och B juniorer, några får kanske till och med börja träna med A-laget och det lag man då spelat med hela tiden splittras ofta. Det finns dessvärre inga föreningar som driver ungdomslag som bara tycker det är kul att spela. Skolan, kompisar och pojk- och flickvänner börjar också ta mer och mer intresse från idrotten, för många slutar det med att de helt slutar med sin idrott och då inte gör något fysiskt aktivt på sin fritid och inte förrän som vuxna börjar träna igen. Här kan påtvingandet att pröva på nya sporter och aktiviteter bli ett incitament för att bli fysiskt aktiv igen.

Referenser

Tryckta källor

Bell, Judith (1993). *Introduktion till forskningsmetodik*. Lund: Studentlitteratur.

Blom, K Arne (1995). *Idrottens historia: från antika arenor till modern massrörelse*. Farsta: SISU idrottsböcker

Ejlertsson, Göran (2005). *Enkäten i praktiken : en handbok i enkätmetodik*. Lund: Studentlitteratur

Giddens Anthony, (2001). *Sociology, 4th edition*. Polity Press in association with Blackwell Publishers Ltd

Kvale, Steinar (1997). *Den kvalitativa forskningsintervjun*. Lund: Studentlitteratur

Lännergren Jan, (2005). *Fysiologi (upplaga 3)*. Lund: Studentlitteratur

McPherson (1968). *Psychosocial factors accounting for learning the role of tennis and hockey player*. Wisconsin: Department of physical education, University of Wisconsin

Merriam Sharan B (1994). *Fallstudien som forskningsmetod*. Lund: Studentlitteratur

Patriksson, Göran (1979). *Socialisation och involvering i idrott*. ACTA Universitatis Gothoburgensis, Göteborg

Statens beredning för medicinsk utvärdering (2006). *Metoder för att främja fysisk aktivitet*. Rapportnr: 181

Statens folkhälsoinstitut (2003). *FYSS*. Sandvikens tryckeri, Sandviken

Statens folkhälsoinstitut genom Danielson Mia (2006). *Svenska skolbarns hälsovanor 2005/2006 Grundrapport*. Kalmar

Trost, Jan (1994). *Enkätboken*. Lund: Studentlitteratur

Wallén, Göran (1993). *Vetenskapsteori och forskningsmetodik*. Lund: Studentlitteratur.

Wernersson, Inga (1972). *Socialisation och skola. Några teoretiska utgångspunkter*. Göteborg: pedagogiska institutionen, Göteborgs universitet.

Østerberg, Dag (1991). *Sociologins nyckelbegrepp och deras ursprung*. Göteborg: Korpen

Internetkällor

Bunkeflomodellen. <http://www.bunkeflomodellen.com>, 2006-11-06

GAIS-projektet, <http://www.gais.se/Fotboll/gais.nsf/0/ae929e27c8124a88c1256f72003f7ab9>, 2006-11-17

Göteborgs Stad Idrott & Förening, FRIVAN, <http://www.frivan.goteborg.se>, 2006-11-09

Göteborgs Stad Idrott & Förening, Ja vi leder, [http://www.ioff.goteborg.se/prod/ioff/dalis2.nsf/vyFilArkiv/Ja_vi_leder_nov_06.pdf/\\$file/Ja_vi_leder_nov_06.pdf](http://www.ioff.goteborg.se/prod/ioff/dalis2.nsf/vyFilArkiv/Ja_vi_leder_nov_06.pdf/$file/Ja_vi_leder_nov_06.pdf), 2006-12-18

Lindén, C. Gärdsell, P. & Karlsson, M. (2004). ”Bunkefloprojektet ökar skelettets hållfasthet hos flickor”. Ortopediska Kliniken, UMAS, Malmö
<http://bunkeflomodellen.com/upload/pdf/forskningsres.pdf>, 2006-12-12

Livsmedelsverket (2005), Svenska näringsrekommendationer Fjärde upplagan, http://www.slv.se/upload/dokument/Mat_Halsa/Rad_rek/SNR2005.pdf, 2006-12-19

Nationalencyklopedin. <http://www.ne.se>, 2007-01-04

Nationalencyklopedin, http://www.ne.se.ezproxy.ub.gu.se/jsp/search/article.jsp?i_art_id=209955, 2006-12-15

Nordisk familjebok (1910), <http://runeberg.org/nfbl/0213.html>, 2006-12-15

Riksidrottsförbundet (2006), Fakta och argument inför val 2006, <http://www.rf.se/files/%7B03EFBE62-22FC-4E15-B7A6-03DE09667B25%7D.pdf>, 2006-12-05

Riksidrottsförbundet (1995). Idrotten vill, http://www.rf.se/arkiv/idrotten%20vill_1995.pdf, 2006-12-14

Riksidrottsförbundet, Om Handslaget, <http://www.rf.se/t3.asp?p=77127>, 2006-11-20

Skolverket (2006) Läroplan för det obligatoriska skolväsendet, förskoleklassen och fritidshemmet Lpo 94, <http://www.skolverket.se/sb/d/468>, 2006-11-04

Skolverket, Läroplan, kursplaner och timplan, <http://www3.skolverket.se/ki03/front.aspx?sprak=SV&ar=0607&skolform=11&infotyp=2&id=11>, 2006-11-13

Vetenskapsrådet (2004). Forskningsetiska principer – inom humanistiskt och samhällsvetenskaplig forskning.
<http://www.vr.se/download/18.668745410b37070528800029/HS%5B1%5D.pdf>, 2006-12-13

Västsvenska Idrottsförbundet, Mål för Handslaget 2006, <http://www.vsif.o.se/t3.asp?p=86647>, 2006-11-20

Artiklar

Ericsson, Ingegerd (2003). *Motorik, koncentrationsförmåga och skolprestationer: en interventionsstudie i skolår 1-3*, Malmö: Lärarutbildningen, Malmö högskola

Roetert, E. Paul (2004). *The Lack of Childhood Activity in the United States*, Research Digest Volume 26 Number 2 Page 22-23, April 2004 Strength and Conditioning Journal.

Bilagor

Begreppsförklaringar (Bilaga 1)

Här följer definitioner på några av de begrepp som används i uppsatsen. Förklaringarna till dessa kommer från Nationalencyklopedin⁶⁴ och boken Fysiologi⁶⁵.

- Fysisk aktivitet - all typ av kroppsrörelse utförd av skelettmuskulatur som ökar energiförbrukningen.
- God hälsa – finns flera vedertagna definitioner på detta, vi har valt definiera detta som när ens hälsa inte begränsar ens dagliga liv och val av aktivitet.
- Skol-IF – skolans egen idrottsförening, styrs och drivs av eleverna själva, organiseras under Riksidrottsförbundet. Skol-IF ansvarar för turneringar och mästerskap skolor emellan såsom distriktsmästerskap (DM).
- Intervallträning – man växlar mellan olika puls nivåer genom att till exempel omväxlande springa och gå, ökar bland annat återhämtningsförmågan. Intervallträning syftar till att belasta de syretransporterande organen maximalt utan att ackumulera mjölksyra.
- Maximala syreupptagningsförmågan – detta är den mängd syre som cellerna/kroppen klarar att ta upp, kan ökas genom konditionsträning. Arbetstempot vid konditionsträning i motions syfte bör lägst motsvara 50 % av den maximala syreupptagningsförmågan. Detta innebär en arbetspuls på ca 130 slag i minuten för en normal, frisk 25-åring, och arbetet upplevs då som lätt till något ansträngande.
- Minutvolym – den mängd blod som hjärtat pumpar varje minut.
- Kolhydratlager – allt som vi kallar för socker: vanligt socker, druvsocker, fruktsocker och så vidare, är kolhydrater. Kolhydrater kallas också sockerarter. Den mängd energi i form av kolhydrater som finns lagrad i muskulatur och organ kallas kolhydratlager.
- Mitokondrieinnehåll – mitokondrierna finns i cellen, de har ansvar för cellens energiomsättning. Mitokondrierna brukar kallas cellens kraftverk, eftersom de står för huvuddelen av ATP-produktionen i cellen.
- ATP - adenosintrifosfat, en biokemisk förening som är den energiform som musklerna använder. Denna förening har en central funktion i ämnesomsättningen hos alla kända biologiska varelser.
- Rörelseekonomi – hur man utför ett visst arbete/rörelse med minsta möjliga energiåtgång, alltså med största möjliga effektivitet.
- Syrgaskonsumtionen – hur mycket syre kroppen förbrukar vid ett visst arbete.

⁶⁴ Nationalencyklopedin (2006). <http://www.ne.se>, 2007-01-04

⁶⁵ Lännergren Jan, (2005). *Fysiologi (upplaga 3)*. Lund: Studentlitteratur

- Kalori – enheten 1 kalori eller gramkalori definierades ursprungligen som den värmemängd (energimängd) som åtgår för att värma 1 gram vatten 1 °C. Vanligare är att man använder kilokalori (kcal) vilket är 1000 kalorier. Kcal är även den enhet som används för att visa energiinnehåll på livsmedel.
- Borgskalan – en skala graderad från 1 till 20 för uppskattning av fysisk ansträngning där 20 är mest ansträngande.
- Bentäthet – är ett uttryck för kvantiteten benmineral i ett undersökt område.
- Benmassa – kroppens sammanlagda innehåll av benvävnad.

Ja vi leder (Bilaga 2)



Vill du testa dina gränser?



Vill du utveckla dig själv?



Vill du påverka?

Unga vill leda

- säger fritidsvaneundersökningen

Vill du bli ledare?

Vi vill erbjuda dig en bred kunskap om ledarskap inom föreningslivet och i demokratifrågor.

Det här är en kurs som ger en bra grund i föreningskunskap, teambildning, kommunikation och ledarskap. Här ska du upptäcka och utveckla din personliga ledartalang, både i grupp och individuellt. Under utbildningen kommer du att få både teoretisk och praktisk kunskap inom området. Kursen är på 35 timmar och väljs under "elevens val". Du skall vara beredd på att viss tid av utbildningen ligger utanför schemalagd skoltid, viss kompensation kommer du att få. Det kan t.ex. vara föreläsningar eller deltagande på arrangemang.

Kursen innehåller också utbildning med övernattning, där du får pröva på det du har lärt dig under kursen, fördjupning i föreningsteknik och naturligtvis ha jättekul!

Är du aktiv i någon förenings-/fritidsverksamhet idag.....

I så fall i vilken/vilka.....

Är du aktiv som ledare/funktionär eller likande i någon förening, inom skolan eller liknande, ange var.....

Är det något speciellt intresseområde som du har önskemål om att ta upp på denna kurs.....

Kursen startar vecka.....och håller på till vecka.....

Kurslokal:.....

Är du intresserad ta kontakt med nedanstående person på din skola:

Namn:.....

E-post:.....

Tele:.....



Göteborgs
Stad

Brev till skolledare (Bilaga 3)

Hej <namn på skolledare>,

Vi är tre lärarstudenter som går vår sista termin på Lärarhögskolan här i Göteborg. Vi kommer under hösten skriva vår examensuppsats och skulle därför vara glada om vi fick besöka Dig för en intervju.

Syftet med vår studie är att försöka ta reda på hur och i vilken utsträckning olika skolor i Göteborgsområdet arbetar med avsikten att få ungdomar att bli mer fysiskt aktiva på sin fritid.

Intervjun kommer uppskattningsvis att ta 30 minuter. Vi hoppas att Du har tid att medverka i studien.

Vi tar gärna emot ditt svar på följande e-postadress: <e-postadress>

Tack på förhand
Dan, Robert och Mattias